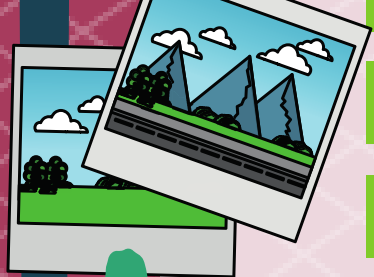
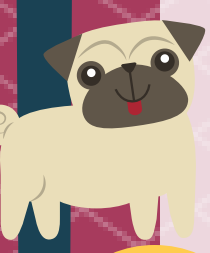
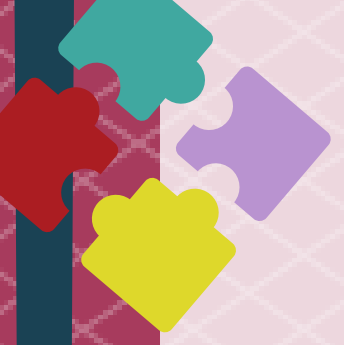
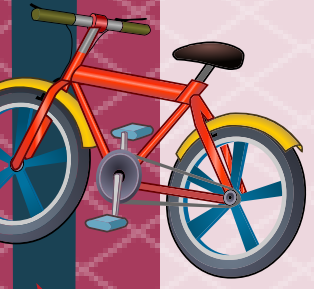


STRESLİ DÖNEMLERİNİZDE RAHATLAMANIZI SAĞLAYACAK ÖNERİLER



- Kitap veya dergi oku
- Birine sarıl
- Yürüyüşe çık
- Uzun bir duş alın
- Spor yap
- Sıcak bir çay iç
- Puzzle yap
- Tatlı yapın
- Bisiklete bin
- Origami yapın
- Yeni bir tarif dene
- Güvendiğin biriyle konuş
- En sevdiğin yere git
- Resim yap
- Yeni bir şey öğrenmeyi dene
- Gün içinde uyu
- Fotoğraf çek
- Şarkı söyle
- Dans et
- Müzik dinle
- Koş
- Hayvan sev
- Yoga yap
- Gülümse
- Oyun oyna
- Parka git
- Çiçek ek

